

Jadłospis od
13-04-2024 - 15-04-2024



Szpital Kliniczny im. Karola Jonschera Uniwersytetu
Medycznego im. Karola Marcinkowskiego w Poznaniu
Poznań, ul. Szpitalna 27/33
618491200
tel: 61 8491-200
NIP: 781-16-21-544 REGON: 000288863

Sobota 13-04-2024

Dieta: Podstawowa Fizjo. 2100

Śniadanie

Zupa mleczna budyniowa - 130 ml *(1, 6, 7, 8, 9, 10), Bułka Grahamka 70g *(1), Masło 20g *(7), Polędwica Z Kurczaka Prasowana Bgl 50g, Pomidory Krajowe 80g, Ser Topiony-Plastry 32,5g *(7), Sałata Szklarniowa 20g, Mleko got. - 150 ml *(7)

Obiad

Zupa koperkowa - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Pieczeń wieprzowa 60g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Sos węgierski 90g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Sałatka z buraków z musztardą - d 150g *(10), Kasza gotowana 150g *(1), Kompot z mieszanki owocowej 250g

Podwieczorek

Ciastka Be-Be 28g *(1, 3, 5, 6, 7, 8), Owoc

Kolacja

Herbata 2g, Chleb Razowy 50g *(1), Chleb 30g *(1, 6), Masło 20g *(7), Ser Żółty 50g *(7), Sałata Szklarniowa 20g, Szynka Konserwowa Wieprzowa 30g *(6)

DRUGA KOLACJA

Jogurt Naturalny 200g *(7)

Wartości odżywcze diety Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 415,4623 kcal

Białko 94,52674 g

w tym białko zwierzęce 57,8425 g

Tłuszcz 118,84568 g

Węglowodany 246,66796 g

Cukry proste 33,6735 g

Błonnik pokarmowy 21,2980 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 44,5695 g

Dieta: Podstawowa Fizjo. 2100

Niedziela 14-04-2024

Śniadanie

Mleko got. - 150 ml *(7), Kakao 250g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1),
Masło 20g *(7), Parówki Z Szyunki 100g *(6, 10), Twaróg Mielony
Homogenizowany 50g *(7), Ketchup 10g *(9), Sałata Szklarniowa 20g, Jogurt
Owocowy 115g *(7)

Obiad

Zupa wiedeńska - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Kotlet drobiowy
panierowany 90g *(1, 3), Ziemniaki gotowane z koperkiem - 150g
Surówka z warzyw mieszanych - d 150g *(9), Napój owocowy - m 150g

Podwieczorek

Kefir 200g *(7)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 30g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Masło 20g *(7),
Kiełbasa Żywiecka 50g, Ser Topiony - Porcyjny-Trójkąciki 35g *(7), Sałata
Szklarniowa

DRUGA KOLACJA

Owoc 1 szt.

Wartości odżywcze diety Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 380,8120 kcal

Białko 97,0217 g

w tym białko zwierzęce 35,2500 g

Tłuszcz 116,3544 g

Węglowodany 242,5434 g

Cukry proste 57,4850 g

Błonnik pokarmowy 15,6450 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 41,6720 g

Dieta: Podstawowa Fizjo. 2100

Poniedziałek 15-04-2024

Śniadanie

Zupa mleczna z płatkami owsianymi - 130 ml *(1, 7), Mleko got. - 150g *(7), Bułka Grahamka 70g *(1), Masło 20g *(7), Szynka Konserwowa Wieprzowa 50g *(6), Ogórek Długi 50g, Sałata Szklarniowa 20g, Dżem Owoc. 50g, Rzodkiew Biała 50g

Obiad

Zupa selerowa z ziemniakami - m 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Strogonow 200g *(1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11), Brokuły gotowane 100g, Kuskus 150g *(1), Kompot z czarnej porzeczki 250g

Podwieczorek

Budyń owocowy 200g *(1, 6, 7, 8, 9, 10)

Kolacja

Herbata 2g, Chleb 30g *(1, 6), Chleb Razowy 50g *(1), Masło 20g *(7), Szynka Gotowana Wieprzowa Podwędzana 30g *(6), Pomidory Krajowe 50g, Sałata Szklarniowa 20g, Twaróg Z Warzywami 50g *(7)

DRUGA KOLACJA

Owoc

Wartości odżywcze diety Podstawowa Fizjo. 2100:

Wartość energetyczna 2 339,5296 kcal

Białko 87,2766 g

w tym białko zwierzęce 52,0250 g

Tłuszcz 96,85183 g

Węglowodany 281,0850 g

Cukry proste 66,2150 g

Błonnik pokarmowy 21,7400 g

Nasycone kwasy tłuszczowe 42,1160 g

1	Gluten	2	Skorupiaki	3	Jaja (jadalne)
4	Ryba	5	Orzeszki ziemne	6	Białko sojowe
7	Białko mleka krowiego	8	Orzechy i nasiona	9	Seler
10	Musztarda/gorczyca	11	Nasiona sezamu	12	Siarczyn i pochodna siarczynowa
13	Nasiona łubinu	14			